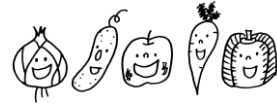


こんだて通信



令和 6年 11月5日 (火)

献立・使用器具

- ・キムタクごはん しゃもじ 2本
- ・揚げ餃子 トング
- ・豆腐とわかめのスープ 大おたま
- ・牛乳

配膳図・目安量



献立ひとくちメモ

* キムタクごはん *

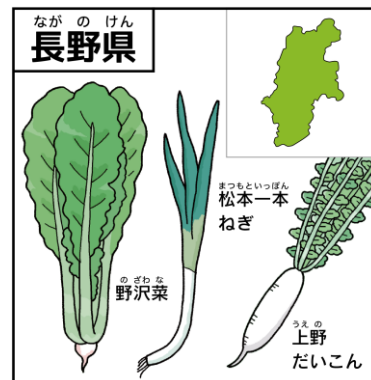
長野県は、伝統的に漬物文化が発達している地域ですが、こども達の漬物離れが進んでいました。キムタクごはんは、こども達に漬物をおいしく食べてもらいたいという想いから、長野県塩尻市の栄養士が考案したメニューです。



キムチ



たくあん



長野県の伝統野菜

今日の主な食材産地 米：宮城県 麦：福井、石川、富山県 にんじん：北海道 しょうが：高知県
にんにく：青森県 きゃべつ：愛知県 長ねぎ、もやし：栃木県 にら、豚肉：茨城県
とりがら：宮崎県 わかめ：三陸産 えのき：長野県東御市

こんだて通信



令和 6年 11月 6日 (水)

献立・使用器具

- ・茶飯・・・・・・・・・・・・・・・・・・しゃもじ 2本
- ・おでん・・・・・・・・・・・・・・・・・・大おたま
- ・野菜のごま酢あえ・・・・・・・・・・ギザ玉
- ・みかん・・・・・・・・・・・・・・・・・・手袋
- ・牛乳

配膳図・目安量

野菜のごま酢和え
ギザ玉 1杯



おでん
大おたま 1杯半

献立ひとくちメモ

* おでん *

今日は、10種類のおでんだねを入れました♪

結びこんぶ ポール



ちくわぶ うずらの卵



がんも ちくわ



こんにゃく



だいこん



にんじん



じゃがいも



今日の主な食材産地 米：宮城県 麦：福井、石川、富山県 にんじん、じゃが芋、昆布：北海道
大根、小松菜：千葉県 白菜：長野県 みかん：和歌山県 ハム：埼玉県 削り節：静岡県
ちくわ：アメリカ うずらの卵：愛知県 ごま：中南米

こんだて通信



令和 6年 11月 7日 (木)

献立・使用器具

- ・ガーリックトースト 手袋
- ・さつまいのシチュー 大おたま
- ・オニオンドレッシングサラダ ギザ玉
- ・牛乳

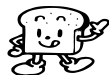
配膳図・目安量

オニオンドレッシング
ギザ玉 1杯

ホワイトシチュー
大おたま 1杯半



献立ひとくちメモ



* 野菜をたくさん食べましょう! *

給食では、新鮮でおいしい野菜を使用しています。野菜をたっぷり食べて、体の調子を整えていきましょう!



今日の主な食材産地 にんじん、玉ねぎ、コーン、バター：北海道 にんにく：青森県
パセリ：静岡県 しょうが：高知県 さつまい：千葉県 エリンギ：新潟県 しめじ：長野県
きゃべつ：神奈川県 ブロッコリー：愛知県 きゅうり：栃木県 りんご：山形県
とりがら：宮崎県 ベーコン：埼玉県 豚肉：茨城県

こんだて通信

保給委員ファイル提出日

令和6年 11月 8日（金）

献立・使用器具

- ・ ごまごはん しゃもじ 2本
- ・ 焼き魚 トング
- ・ 豚汁 大おたま
- ・ りんご 手袋
- ・ 牛乳

配膳図・目安量



ごまごはん
しゃもじ 2杯程度

豚汁
大おたま 1杯半

献立ひとくちメモ



* 食べているのはどの部分？ *

それぞれの野菜は、植物のどの部分なのか見てみましょう。

花・つぼみ	実	葉	茎	根
ブロッコリー カリフラワー みょうが	トマト きゅうり ピーマン	レタス ほうれんそう にら	アスパラガス たけのこ れんこん	ごぼう だいこん にんじん

豚汁には、ごぼう、大根、にんじんなどの根菜類を入れました♪



今日の主な食材産地 米：宮城県 麦：福井、石川、富山県 ごぼう：青森県 ねぎ：山形県
にんじん、じゃが芋：北海道 大根：神奈川県 鮭：チリ 豚肉：茨城県 ごま：中南米
削り節：静岡県